

## KMM 2017 Session 1

दोष देऊ नका. तक्रार करु नका. कारणे देऊ नका.

### Session Plan

भाग १ - स्वतःची ओळख	४ मिनीटे
भाग २ - खेळ	१० मिनीटे
भाग ३ - हया प्रश्नाने माझे आयुष्य बदलले.	५ मिनीटे
भाग ४ - काही लोक इतरांपेक्षा जास्त अपयशी का होतात?	७ मिनीटे
भाग ५ - यशस्वी व्यक्तींची मानसिकता कशी असते?	३ मिनीटे
भाग ६ - समारोप	५ मिनीटे
भाग ७ - तुरुंगात	३ मिनीटे
भाग ८ - उजळणी	३ मिनीटे

### भाग १ - स्वतःची ओळख

४ मिनीटे

स्वतःची ओळख - केएमएम सत्राची गरज



## भाग २ - खेळ

१० मिनीटे

- मी एका गरीब कुटुंबात जन्मलो. कांदिलाच्या प्रकाशात अभ्यास केला. माझी अशी धारणा होती की मी यशस्वी होवू शकत नाही. पण तरीही मी एक यशस्वी, आवडता राष्ट्रपती झालो. ओळखा पाहू मी कोण?
- राष्ट्रपती ए.पी.जे. अब्दुल कलाम.



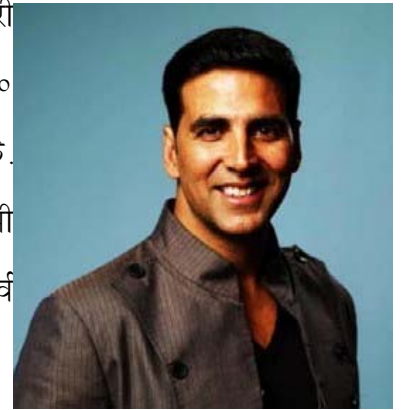
- मी ९ वर्षांचा असतांनाच माझे वडील देवाघरी गेले. मी त्यांच्या कडून काहीही शिकू शकलो नाही. माझी धारणा होती की मी यशस्वी होवू शकणार नाही. पण तरीही मी आज एक जगविख्यात, लोकप्रिय भारतीय संगीतकार आहे. ओळखा पाहू मी कोण?
- ए. आर. रहेमान



- माझे संपूर्ण कुटुंब उत्तम बुद्धीबळ खेळते. परंतु मला ते येत नाही. माझ्या वडिलांना दोन बायका होत्या. एका बायकोपासून तीन मुले, तर एका बायकोकडून मी एकटा होतो. माझी धारणा होती की मी यशस्वी होवू शकत नाही. मला वेगवान गोलंदाज व्हायचे होते. परंतु मी नाकारलो गेलो. आणि आज मी जगातील सर्वोत्कृष्ट फलंदाजांपैकी एक आहे. ओळखा पाहू मी कोण?
- सचीन तेंडुलकर.



- मी शिपाई म्हणून माझ्या आयुष्याची सुरुवात केली. मग मी दारोदारी युनिसेफ ची ग्रीटींग कार्ड (शुभेच्छा पत्र) विकून प्रत्येक कार्डमागे ५० रुपये कमविले. मी शाळेत मार्शल आर्ट (ज्युडो/कराटे) शिकविले. लहानपणापासून अनेक संघर्षांचा सामना केला. अशा परिस्थितीत मी कसा बरे यशस्वी होवू शकेन? तरीही आज मी भारतातील सर्व यशस्वी सिनेकलाकारांपैकी एक आहे. ओळखा पाहू मी कोण?
- अक्षय कुमार.



➤ मला फुटबॉल खेळायला आवडते. माझे सर्व मित्र क्रिकेट खेळायचे.

‘मला अशा लहान चेंडू बरोबर खेळायला आवडत नाही’ असे मी नेहमी त्यांना म्हणायचो. माझ्या वडिलांची इच्छा होती कि मी एक उत्तम स्थिरता असलेली सरकारी नोकरी करावी. माझ्या फुटबॉलच्या शिक्षकाने मला एक दिवशी क्रिकेट खेळण्यास सांगितले आणि मी भारतीय क्रिकेट टिमच्या उत्तम खेळाडू व उत्तम कॅप्टन (संघनायक) होतो. ओळखा पाहू मी कोण?

— महेंद्रसिंग धोनी.



खुप कमी लोक आहेत की ज्यांनी संघर्षाविना आपल्या जीवनाला सुरुवात केली. यशस्वी झाले. स्वतःचा संघर्षातून यशस्वी झाल्याचा अनुभव सांगा.

## भाग ३ – हया प्रश्नाने माझे आयुष्य बदलले.

५ मिनीटे

मी स्वतःस प्रश्न विचारला — काही लोक इतरापेक्षा अधिक यशस्वी का आहेत? हया प्रश्नाने माझे आयुष्य बदलले.

मी स्वतःला अजून काही असेच प्रश्न विचारले.

- १ असा कोणी आहे की ज्याची सुरुवात साधारण किंवा सामान्य होती आणि तो असामान्यरित्या मोठा झाला?
- २ असा कोणी आहे की जो सर्वगुणसंपन्न नाही परंतु खुप यशस्वी आहे?
- ३ असा कोणी आहे कि जो मित्रांनी घेरला गेलेला नाही आणि तरीही प्रसिद्ध आहे.
- ४ असा कोणी आहे की ज्याने पुरेसे शिक्षण घेतले नाही, अभ्यासात ज्याला रस/आवड नाही. तरीही तो खुप श्रीमंत आहे?



## भाग ४ – काही लोक इतरांपेक्षा जास्त अपयशी का होतात? ७ मिनिटे

- ✓ कारण माझ्या असे लक्षात आले आहे की, असे लोक पुरेसे प्रयत्न करीत नाहीत आणि मात्र सतत कारणे सांगत असतात की –
- ✓ माझ्याकडे पुरेसा वेळ नाही.
- ✓ हे खुप कठीण आहे.
- ✓ माझ्या कडे पुरेसा पैसा नाही.
- ✓ मी खुप थकलो आहे.
- ✓ मी उद्यापासून करेन किंवा पुढच्या आठवड्यात, पुढच्या महिन्यात, पुढच्या वर्षी करेन.
- ✓ अजुन मी खुप लहान आहे.
- ✓ आता माझे वय झाले.
- ✓ आजपर्यंत झाले नाही तर आता कसे होईल?
- ✓ माझ्या जवळ पुरेशी (प्रतिभा नाही/हुशारी नाही) गुणवत्ता नाही.
- ✓ हे खुप वेळ खारू आहे.
- ✓ मी त्याबाबतीत पुरेसा परिपूर्ण (स्मार्ट) नाही.
- ✓ त्यास आवश्यक असलेला अनुभव माझ्याकडे नाही.
- ✓ मी खुप व्यस्त आहे.
- ✓ माझी ज्यांना गरज आहे अशा लोकांकडे दुर्लक्ष होईन.
- ✓ मला खात्री नाही की ती गोष्ट योग्य आहे.
- ✓ मी अपयशी झालो तर –
- ✓ हे खुप धोकादायक आहे.
- ✓ मला खुप काम आहे.
- ✓ मला याची खुप भीती वाटते.
- ✓ माझ्याकडे पुरेशी साधने नाहीत.
- ✓ माझा आहे त्या कामात खुप वेळ जातो.

- ✓ हे कसे करायचे हे मला ठाऊक/माहित नाही.
- ✓ माझ्याकडे मदतनीस नाही.
- ✓ कुठून सुरुवात करू हेच मला कळत नाही.
- ✓ माझ्याकडे हिम्मत/धैर्य नाही.
- ✓ अजून कोणी करतो आहे का हे बघतो. आणि मग ----- ठरवतो
- ✓ लोक काय म्हणतील?
- ✓ घाई काय आहे?
- ✓ मला कोणीही समजून घेत नाही.
- ✓ मी सुरू केल्यावर अजून दुसऱ्या चांगल्या संधी आल्या तर –

*giving up*  
**IS SIMPLY NOT  
 AN OPTION**



## भाग ५ – यशस्वी व्यक्तींची मानसिकता कशी असते? ३ मिनिटे

त्यांनी यशस्वी होण्यासाठी स्वतःला वाहून घेतलेले असते. आवड आणि झोकून देणे यात फरक आहे आवडीची गोष्ट आपण सोयीने करतो. पण झोकून द्यायचे असेल तर आपण कोणतीही कारणे न देता फक्त आणि फक्त योग्य कृतीवर भर देतो. प्रत्येक कारण हे अपयशाची पायाभरणी करते. अर्थातच प्रत्येक कारण आपल्याला अपयशाकडे नेते.

उदा. श्रीपाल गांधी,

मिर्लीद मेहता,

कुलदिप रूचंदानी (अयशस्वी ८ वेळा)

## भाग ६ – समारोप

५ मिनिटे

- मी माझा मार्ग शोधेन (डायना न्याद)
- यशस्वी होण्यासाठी जे आत्मसात करायची (शिकायची) गरज आहे ते मी आत्मसात करेन (शिकेन)
- मी प्रत्यक्ष योग्य कृतीवर भर देईन.
- मी माझ्या स्वतःबद्दलच्या अपेक्षा वाढविन.
- मी माझ्या त्रुटींवर विजय प्राप्त करीन. (मार्टीना नवरोतिलोवा)

कृपया हे लक्षात घ्या की आपले आयुष्य ही पुर्णतः आपलीच जबाबदारी आहे. आपणच आपले आधार आहोत. त्यामुळे कारणे देणे थांबवा.

म्हणून आपण सर्व म्हणूया की -----

मी कोणाला दोष देणार नाही.

मी कधीच तक्रारी करणार नाही.

मी कधीच पळवाटा शोधणार नाही/कारणे सांगणार नाही.



## भाग ७ – तुरुंगात

३ मिनिटे

तुरुंगात असणारे सगळेच कैदी असतात असे नव्हे तर आपणच आपल्या चुकीच्या धारणांचे कैदी असतो. जे तुरुंगात असण्यापेक्षा जास्त धोकादायक आहे.

फुलपाखरू हे बदलाचे उत्तम उदाहरण/प्रतिक आहे. जाणीवपूर्वक फक्त माणूसच स्वतःत बदल घडवू शकतो.

जेव्हा आपण म्हणतो की मी बदलू शकत नाही म्हणजे आपण पशू आहोत का?

